

Школа

ГБОУ ООШ с. Большая Романовка

Отд./корп

День

1/17/2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302/171	каша гречневая рассыпчатая	150		249	9	6	40
	гор.напиток	377	чай с лимоном	200/3,5		62	0	0	15
	хлеб	ПР	Хлеб пшеничный	30		70	2	0	15
	Закуска	пр	икра кабачковая	60		74	1	5	5
	гор. Блюдо	268	котлеты из мяса с соусом	100	67.80	190	7	13	12
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	49	салат "Витаминный"	60		93	1	4	7
	1 блюдо	88	щи из свежека капусты с картофелем, сметаной и зеленью на бульоне	200/5/1		92	2	5	7
	2 блюдо	259	жаркое по домашнему из отварного мяса	200		438	10	20	20
	гарнир								
	сладкое	388	напиток из плодов шиповника	200		100	0	0	24
	хлеб бел.	пр	хлеб пшеничный	30		89	3	1	16
	хлеб черн.	пр	хлеб ржаной	30		78	3	1	15
						94.94			